

WOHLBEFINDEN

Theorieentwurf und Testkonstruktion

Abhandlung

zur Erlangung der Doktorwürde
der Philosophischen Fakultät I
der

Universität Zürich

vorgelegt von

Claudio Weiss

von Buenos Aires, Argentinien

Angenommen auf Antrag von Frau Prof. Dr. Inge Strauch

B.K. Verlag, Bielefeld, 1980

1981

Teildruck: Die vollständige Arbeit erscheint bei

B.K. Verlag GmbH, Friedrich-Verleger-Strasse 10-12,
D-4800 Bielefeld 1



INHALTSVERZEICHNIS

ERSTER TEIL: THEORIEENTWURF

Seite

I: EINFUEHRUNG IN DIE THEMATIK

1.	Bestimmung des Gegenstandes "Wohlbefinden"	1
1.1	Erstellung einer Arbeitsdefinition	1
1.2	Interdisziplinäre Einordnung und intra- disziplinäre Zuordnung	4
1.3	Abgrenzung zu benachbarten Konzepten und Fragestellungen	6
1.4	Wohlbefinden in der psychologischen Empirie	8
2.	Konzepte des Wohlbefindens in der Philosophie	13
2.1	Die mystisch orientierten Lebensphilosophien des Ostens	13
2.2	Die ethisch orientierten Lebensphilosophien des Westens	19
3.	Ansätze zu einer Theorie des Wohlbefindens in der Psychologie	38
3.1	Implizite Ansätze der theoretischen Hauptrichtungen	38
3.2	Explizite Ansätze ausgewählter Autoren	45

II: ENTWURF EINER ERLEBENSZENTRIERTEN THEORIE DES WOHLBEFINDENS

1.	Der gewählte Ansatz	51
1.1	Anliegen und Zielsetzung	51
1.2	Systematische Erlebnisbeschreibung	55
1.3	Beschreibungs-Randbedingungen	61
1.4	Affektiver und kognitiver Erlebnisaspekt	73
1.5	Erklärungsprinzipien	77

2.	Die Komponenten des Wohlbefindens	86
2.1	Allgemeine Verfassung	86
2.2	Spezifische Erlebnisse	95
2.2.1	Hedonische Klassen	95
2.2.2	Subjektive Bedeutsamkeit	102
2.3	Positionsvertauschung von allgemeiner Verfassung und spezifischen Erlebnissen	104
2.3.1	Qualitäten der allgemeinen Verfassung als spezifische Erlebnisse	104
2.3.2	Spezifische Erlebnisse als Färbungen der allgemeinen Verfassung	108
3.	Die Dynamik des Wohlbefindens	112
3.1	Beeinflussung der spezifischen Erlebnisse durch die allgemeine Verfassung	112
3.1.1	Ausgangslage für hedonische Klassen	112
3.1.2	Modifikation der subjektiven Bedeutsamkeit	115
3.1.3	Beeinflussbarkeit der spezifischen Erlebnisse durch die allgemeine Verfassung	116
3.2	Beeinflussung der allgemeinen Verfassung durch spezifische Erlebnisse	117
3.2.1	"Stabilitätsmodifikation"	117
3.2.2	"Frustrationsabwehr"	124
3.2.3	"Frustrationslösung"	132
3.2.4	Beeinflussbarkeit der allgemeinen Verfassung durch spezifische Erlebnisse	139
4.	Wohlbefinden und Verhalten	143
4.1	Motivationale Zusammenhänge	143
4.2	Korrelative Zusammenhänge	147

ZWEITER TEIL: TESTKONSTRUKTION

Seite

1.	Zur Operationalisierung des Wohlbefindens	152
2.	Testkonzept des GBF (Grundbefindlichkeits-Fragebogen)	162
2.1	Zeitbezug	162
2.2	Inhalt	164
2.3	Validitätsbereich	166
2.4	Geltungsbereich	166
2.5	Beschaffenheit der Items	167
2.6	Testanweisungen	168
3.	Erstellung des Item-Pools	170
3.1	Herkunft der Items	170
3.2	Kategorisierung der Items	171
3.3	Revisionen des ursprünglichen Item-Pools	172
3.4	Der endgültige Item-Pool	173
4.	Verkleinerung des Item-Pools	195
4.1	Problemstellung	195
4.2	Methode	196
4.3	Datenerhebungen	200
4.4	Beschreibung der Stichproben	206
4.5	Ergebnisse	210
4.6	Elimination von Items	215
5.	Skalengewinnung	219
5.1	Erhebung der Analysenstichprobe	219
5.2	Beschreibung der Analysenstichprobe	222
5.3	Erste Streichung von Items	226
5.4	Erste Faktorenanalyse	228
5.5	Weitere Faktorenanalysen	236
5.6	Faktorenanalyse der Endform	238

	Seite
6. Skalenbeschreibung	245
6.1 Die Grundbefindlichkeits-Skala	245
6.2 Item-Analyse	248
6.3 Gewichtung der Item-Antworten	255
6.4 Parallel-Skalen	261
7. Zusätzliche Auswertungen	266
7.1 Zusammenhänge zwischen GBF und Sozialdaten	266
7.2 GBF-Skala im Vortest der Stichproben 1 und 2	267
7.3 Korrelationen des GBF mit der EWL und dem FPI	272
7.4 Retest-Reliabilität des GBF in Stichprobe 1 und 2	278
8. Schlussfolgerungen und Aussichten	282
Zusammenfassung	287
Anmerkungen	302
Literaturverzeichnis	304
Programmverzeichnis	319
Anhang I	
Anhang II	
Anhang III	

ZUSAMMENFASSUNG

Erster Teil: Theorieentwurf

Das subjektive Wohlbefinden, verstanden als die Art und Weise unseres Erlebens unter dem Aspekt von Lust und Unlust, ist hauptsächlich ein Gegenstand der allgemeinen und klinischen Psychologie, berührt aber auch andere, der Psychologie benachbarte Disziplinen, wie die Philosophie auf der einen und die Physiologie/Biochemie auf der anderen Seite. Abzugrenzen ist der Begriff des Wohlbefindens gegenüber den Begriffen Befindlichkeit, well-being, Wohlergehen, Lebensqualität, Lebenszufriedenheit, happiness und Glück.

In den mystischen Lebensphilosophien des Ostens - Taoismus, Urbuddhismus und klassischer Hinduismus - zeichnet sich eine Konzeption des Wohlbefindens ab, die auf die Formel "Wohlbefinden = innere Ruhe + äusserer Genuss + Unabhängigkeit vom äusseren Genuss" gebracht werden kann. Maximales und dauerhaftes Wohlbefinden ist ebenso wie tugendhaftes Verhalten der spontane Ausdruck eines subjektiven Erfahrungswissens, das sich auf der wiederholten Erfahrung des Samadhi-Zustandes gründet. Demgegenüber sehen die ethisch orientierten Lebensphilosophien des Westens mehr einen instrumentellen Zusammenhang zwischen Tugend und Wohlbefinden, wobei allerdings Uneinigkeit darüber besteht, inwieweit resultierendes Wohlbefinden als Begründung der Tugend gelten kann (Eudaimonismus-Problem). Bei den Epikuräern beispielsweise steht die Tugend ganz im Dienste des Wohlbefindens, während die Stoiker eine Tugend allein um ihrer selbst willen fordern. Bei den Sokratikern wiederum zielt die Tugend zwar auch auf Wohlbefinden im weiteren (eudaimonia), nicht aber auf Lust im engeren Sinne (hedone). Der Gebrauch des Lust-Begriffes ist in der antiken Philosophie offensichtlich uneinheitlich: Während für ARISTIPPOS und EPIKUR das Wort Lust für Wohlbefinden schlechthin steht, betrachtet ARISTOTELES die Lust nur als Unterkategorie des Wohlbefindens. Die Gleichsetzung von Lust mit oberflächlichem Sinnesgenuss geht vor allem auf die Stoa zurück.

Die mittelalterliche Philosophie (THOMAS von AQUIN) befasst sich in spekulativer Weise mit dem "letzten Glücklichein", das jedoch im Gegensatz zur östlichen Mystik in ein zeitliches Jenseits verlegt wird. In der Neuzeit sind es vor allem die Affektlehren von DESCARTES, SPINOZA und HUME, denen wir wertvolle Beiträge zum Thema Wohlbefinden verdanken. DESCARTES differenziert zwischen körperlichen Lust-Unlust-Empfindungen einerseits und Affekten im engeren Sinne andererseits, eine Unterscheidung, die im eigenen Theorieentwurf wieder aufgegriffen wird. Die Affektlehren von SPINOZA und HUME können als Vorläufer moderner kognitiver Emotionstheorien angesehen werden. Hinsichtlich der Beziehung von Wohlbefinden und Tugend erfährt der antike Eudaimonismus im angelsächsischen Raum (BENTHAM, LOCKE) eine Ausweitung zum Sozialeudaimonismus, während KANT eine streng anti-hedonistische Pflicht-Ethik vertritt. In der nachkantischen Philosophie des 19. Jahrhunderts ist ein Auseinanderstreben der Auffassungen vom Wohlbefinden zu den äussersten Extremen zu beobachten. Der optimistischen These von FICHTE "Leben ist Seligkeit" steht die pessimistische Aussage SCHOPENHAUER's "Leben ist Leiden" gegenüber. FEUERBACH führt den Zustand des Glücklichen auf die Befriedigung organismischer Bedürfnisse zurück. In unserem Jahrhundert schliesslich findet eine philosophische Auseinandersetzung mit dem Wohlbefinden vornehmlich unter dem Gesichtspunkt der Alltagsbewältigung (RUSSELL) oder im Lichte des Marxismus (MARCUSE) statt.

Die theoretischen Hauptrichtungen der Psychologie enthalten zwar kaum explizite, dafür aber umso mehr implizite Ansätze zu einer Theorie des Wohlbefindens. Der Behaviorismus verschafft sich einen Zugang zum Wohlbefinden über den Begriff der Verstärkung. Als Determinanten der Verstärkung gelten neben Spannungsreduktion (= erlebnismässige negative Verstärkung) und sinnesspezifischen Lustempfindungen (= erlebnismässige positive Verstärkung) heute vor allem auch kognitive Bewertungen und Erwartungen. Die psychoanalytische Auffassung vom Wohlbefinden lässt sich anhand des Instanzenmodells skizzieren, indem jeder der 3 Instanzen - Es, Ich, Ueberich - ein charakteristisches Gegensatzpaar von Gefühlen zugeordnet wird, nämlich Lust vs.

Unlust dem Es, Sicherheit vs. Angst dem Ich und Stolz vs. Scham dem Ueberich. Wegen der mehr oder weniger konflikthaften Beziehung der einzelnen Instanzen zueinander ist der Fall eines in allen 3 Instanzen gleichzeitig vorhandenen Wohlbefindens jedoch unwahrscheinlich. In der Neopsychoanalyse spielt das Sicherheits-Gefühl eine zentrale Rolle und wird in erster Linie auf stabile zwischenmenschliche Beziehungen zurückgeführt. Das Wohlbefindens-Konzept der humanistischen Psychologie kennt ebenfalls ein Sicherheits-Prinzip, das die Grundlage für den dynamischen, durch Funktionslust gekennzeichneten Prozess der Selbstverwirklichung bildet.

Als explizite Ansätze zu einer Theorie des Wohlbefindens werden die Beiträge von MAHRER (1978) und SHELLY (1977) vorgestellt. MAHRER geht von sog. Erlebnispotentialen aus, deren Realisierung stets mit Lustgefühlen verbunden ist. Eine disintegrative Beziehung zwischen verschiedenen Erlebnispotentialen wird für alle Arten von "bad feelings" bis hin zum "unfeeling" verantwortlich gemacht. Wohlbefinden resultiert daher aus der Integration und Aktualisierung zuvor disintegrierter Erlebnispotentiale. SHELLY beschreibt das Erleben von Lust und Unlust unter den Randbedingungen hohes vs. niedriges Arousal. Für hohes Arousal verwendet er das Gegensatzpaar "excitement" vs. "tension", für niedriges Arousal "enjoyment" vs. "boredom". Welches dieser 4 Gefühle im konkreten Fall auftritt, hängt davon ab, ob das jeweilige Arousal-Optimum über- oder unterschritten oder eine Ueber- oder Unterschreitung des Arousal-Optimums beendet wird.

Die Zielsetzung des eigenen Theorieentwurfes lässt sich anhand von 8 Punkten verdeutlichen:

- 1) Erstellung einer allgemein gültigen Erlebnisbeschreibung des Wohlbefindens;
- 2) Transparentmachung einer im Erleben gegebenen Ordnungsstruktur des Phänomenbereiches Wohlbefinden;
- 3) Erlebnismässige Erklärung des Wohlbefindens;

- 4) Beschreibung und erlebnismässige Erklärung von Veränderungen des Wohlbefindens;
- 5) Theoretische Verknüpfung von Wohlbefinden und Verhalten;
- 6) Theoretische Grundlegung zur Schaffung von Messinstrumenten für praktisch relevante Aspekte des Wohlbefindens;
- 7) Leistung eines Beitrages zur Erhellung von emotionalen Vorgängen im Klienten oder Patienten;
- 8) Leistung eines Beitrages zur Integration verschiedener Forschungsbereiche und theoretischer Ansätze in der Psychologie.

Als Methode der Theoriebildung wird in Analogie zur systematischen Verhaltensbeobachtung eine "systematische Erlebnisbeschreibung" konzipiert, die jedoch nicht mit Erlebnisbeobachtung (Introspektion) oder philosophischer Phänomenologie (sensu HUSSERL) verwechselt werden darf. Vielmehr handelt es sich um eine psychologische Beschreibungsmethode zur verbalsprachlichen Symbolisierung des Erlebens von Lust und Unlust, und zwar unter vorheriger Festlegung von 3 relevanten Gesichtspunkten. Diese sind:

- a) der Gegenstand der Erlebnisbeschreibung, d.h. die zu beschreibenden Erlebnis-Dimensionen oder -Kategorien;
- b) das Abstraktionsniveau der Erlebnisbeschreibung, d.h. die Generalität oder Spezifität der erlebnisdeskriptiven Begriffe;
- c) die örtlichen und zeitlichen Randbedingungen der Erlebnisbeschreibung, d.h. die Klassifizierung eines Erlebnisses als "Emotion" oder "Körpergefühl" und die Lokalisierung eines Erlebnisses entlang eines Kontinuums zunehmender zeitlicher Erstreckung bzw. abnehmender Variabilität in der Zeit.

Die Differenzierung zwischen Emotion und Körpergefühl geht auf DESCARTES zurück, ist hier aber nicht im Sinne einer strikten Trennung gemeint. Vielmehr sind Körpergefühle meist erlebnismässige Bestandteile von Emotionen. Entlang des Kontinuums überdauernd versus veränderlich werden 4 "Zeitebenen" herausgegriffen. Die überdauernd-

ste Ebene entspricht dem Trait-Konzept der klassischen Persönlichkeitspsychologie. Die veränderlichste Zeitebene ist mit dem "Erlebnisstrom" sensu W. JAMES identisch. Dazwischen liegen 2 Ebenen unterschiedlicher zeitlicher Variabilität, nämlich die "basic-state-Ebene" mit einer Erstreckung über Wochen und Monate und die "state-Ebene" mit einer Erstreckung über Minuten und Stunden. Die Erlebnisse auf diesen beiden Zeitebenen werden entsprechend "Grundzustände" und "Zustände" genannt. In einer systematischen Einteilung werden Grundzustände und Zustände im Begriff der "allgemeinen Verfassung" vereinigt, von der sich der Erlebnisstrom unter der Bezeichnung "spezifische Erlebnisse" abhebt. In einer pragmatischen Einteilung werden spezifische Erlebnisse und Zustände zur "aktuellen Befindlichkeit" zusammengefasst und einer aus Grundzuständen bestehenden "Grundbefindlichkeit" gegenübergestellt.

Innerhalb des Erlebens kann eine Unterscheidung zwischen Erlebtem und Erlebendem getroffen werden. Es handelt sich dabei um unterschiedliche Aspekte ein- und desselben subjektiven Sachverhaltes, zwischen denen eine vollständige Analogie besteht (Veränderung und Bewegung, Einheit und Ruhe). Dabei kann dem Erlebenden der affektive und dem Erlebten der kognitive Anteil am Erleben zugeordnet werden. Die Zusammengehörigkeit beider Aspekte macht deutlich, dass kognitive und affektive Prozesse letztlich identisch sind. Eine erlebnismässige Erklärung des Wohlbefindens muss daher gleichermassen für den affektiven wie für den kognitiven Erlebnisaspekt zutreffen. Entsprechend werden für beide Erlebnisaspekte parallele Erklärungsprinzipien aufgestellt, die aus der "Science of Creative Intelligence" von MAHARISHI MAHESH YOGI abgeleitet sind. Das Erklärungsprinzip für die allgemeine Verfassung ist in bezug auf den affektiven Erlebnisaspekt "Ruhe in der Aktivität" und in bezug auf den kognitiven Erlebnisaspekt "Einheit in der Mannigfaltigkeit". Bei den spezifischen Erlebnissen lautet das Erklärungsprinzip "Evolution" für den affektiven, und "Neugestaltung" für den kognitiven Erlebnisaspekt.

Aus den parallelen Erklärungsprinzipien der allgemeinen Verfassung ergeben sich bipolare Dimensionen mit den Polbezeichnungen "Stabilität" vs. "Labilität" für den affektiven, und "Harmonie" vs. "Konflikt" für den kognitiven Erlebnisaspekt. Diese fungieren als "explikative Konstrukte" und bilden den Gegenstand der systematischen Erlebnisbeschreibung unter den verschiedenen möglichen Kombinationen von Beschreibungs-Randbedingungen. Gesucht sind erlebnisdeskriptive Oberbegriffe, die alle Fälle von Stabilität vs. Labilität bzw. Harmonie vs. Konflikt unter identischen Beschreibungs-Randbedingungen abdecken. Zur Durchführung der Erlebnisbeschreibung wird eine Tabelle verwendet, deren Spalten und Zeilen den Beschreibungs-Randbedingungen entsprechen und in deren Felder die jeweiligen Gegensatzpaare von Gefühlsausdrücken einzutragen sind (Lösung siehe Tab. 4, S. 90). Letztere erhalten den Status von "(erlebnis)deskriptiven Konstrukten".

Aus den parallelen Erklärungsprinzipien der spezifischen Erlebnisse ergeben sich Rangreihen bestehend aus 4 hedonischen Erlebnisklassen mit den Klassenbezeichnungen "Evolution", "Stagnation", "Rückschritt", "Vernichtung" für den affektiven und "Neugestaltung", "Monotonie", "Verunstaltung", "Zusammenbruch" für den kognitiven Erlebnisaspekt. Für jedes Klassen-Paar wird, wiederum differenziert nach Emotion und Körpergefühl, eine systematische Erlebnisbeschreibung durchgeführt (siehe Tab. 7, S. 97). Die hedonischen Klassen vom 2. bis zum 4. Rang sind spezifische Erlebnisse negativer Valenz und werden daher unter dem Oberbegriff "Frustrationserlebnisse" zusammengefasst. Zusätzlich zu seiner Klassenzugehörigkeit richtet sich der Beitrag, den ein spezifisches Erlebnis zum Wohlbefinden leistet, auch nach seiner subjektiven Bedeutsamkeit, die kognitiv als Relevanz des Erlebten und affektiv als Betroffenheit des Erlebenden gefasst werden kann. Als Determinanten der subjektiven Bedeutsamkeit können genannt werden:

- 1) die biologische Bedeutsamkeit des Erlebnisses;
- 2) die kulturelle Bedeutsamkeit des Erlebnisses;

- 3) die persönlichkeitspezifische Bedeutsamkeit des Erlebnisses;
- 4) die situative Bedeutsamkeit des Erlebnisses;
- 5) die Abweichung des Erlebnisses vom Erwartungsniveau;
- 6) die antizipierten Konsequenzen des Erlebnisses;
- 7) die Faktizität des Erlebnisses.

Die Qualitäten der allgemeinen Verfassung - Stabilität vs. Labilität bzw. Harmonie vs. Konflikt - können im Erlebnisstrom hervortreten und so die Form von spezifischen Erlebnissen annehmen. Die daraus abgeleiteten Erlebnisklassen - "Stabilitäts-" bzw. "Harmonieerlebnisse" und "Labilitäts-" bzw. "Konflikterlebnisse" - werden wiederum einer systematischen Erlebnisbeschreibung unterzogen (siehe Tab. 9, S.105). Stabilitäts- bzw. Harmonieerlebnisse lassen eine stabilere und harmonischere, Labilitäts- bzw. Konflikterlebnisse eine labilere und konflikthaftere allgemeine Verfassung zurück.

Verfügen spezifische Erlebnisse über eine grössere subjektive Bedeutsamkeit, so bewirken sie eine entsprechende Färbung der allgemeinen Verfassung, die auf state-Ebene "Stimmung" und auf basic-state-Ebene "Grundstimmung" genannt wird. Eine systematische Erlebnisbeschreibung von (Grund)Stimmungen bezieht sich naturgemäss auf Emotionen und nur insofern auf Körpergefühle, wie diese in den zu beschreibenden Emotionen ohnehin enthalten sind. Ferner scheitert eine nach Stimmungen und Grundstimmungen differenzierte Erlebnisbeschreibung an der mangelnden Differenzierungsfähigkeit der Sprache, so dass für beide Zeitebenen identische erlebnisdeskriptive Konstrukte gebildet werden müssen (siehe Tab. 12, S.110).

Die Qualität der allgemeinen Verfassung beeinflusst als Ausgangslage die spezifischen Erlebnisse, und zwar sowohl was die Auftretenswahrscheinlichkeit von hedonischen Klassen als auch was das Ausmass der subjektiven Bedeutsamkeit anbetrifft. Der Einfluss der allgemeinen Verfassung auf die hedonische Klasse wird anhand der Konzepte "Genussfähigkeit" und "Frustrierbarkeit" diskutiert. Hinsichtlich der subjektiven Bedeutsamkeit wirken sich Stabilität und Harmonie im Sinne einer Relativierung, und Labilität und Konflikt im Sinne einer

Verabsolutierung aus. Stärker jedoch als die allgemeine Verfassung determinieren objektive Ereignisse die hedonische Klasse und subjektive Bedeutsamkeit von spezifischen Erlebnissen.

Spezifische Erlebnisse können in die allgemeine Verfassung eingreifen, indem sie die Ruhe in der Aktivität bzw. Einheit in der Mannigfaltigkeit vergrößern oder verringern. Derartige "Stabilitätsmodifikationen" treten ein, wenn ein spezifisches Erlebnis über seine hedonische Klassenzugehörigkeit hinaus noch ein Stabilitäts- bzw. Harmonieerlebnis oder ein Labilitäts- bzw. Konflikt-erlebnis darstellt. Vernichtungs- bzw. Zusammenbrucherlebnisse gehen grundsätzlich mit massiven Stabilitätsverlusten einher. Alle anderen Erlebnisklassen mit Stabilitätsmodifikation werden einer systematischen Erlebnisbeschreibung unterzogen (siehe Tab. 13, S. 120), die sich jedoch nur für Emotionen als durchführbar erweist (siehe Tab. 14, S. 120). Spezifische Erlebnisse mit Stabilitätsmodifikation können auch den Charakter von Stimmungen und Grundstimmungen annehmen, die ebenfalls mit erlebnisdeskriptiven Konstrukten versehen werden (siehe Tab. 13, S. 120).

Der aggressive Erlebnisgehalt von Frustrationserlebnissen mit Stabilitätsverlust (siehe Tab. 13, S. 120) wird instrumentell als "Frustrationsabwehr" gedeutet. Mit ihr ist zu rechnen, wenn ein Frustrationserlebnis stark vom Erwartungsniveau abweicht und gleichzeitig über eine niedrige Faktizität verfügt. Im Falle einer hohen Faktizität wandelt sich die aggressiv gefärbte Frustrationsabwehr in eine darüber hinausgehende, resignativ gefärbte Frustrationsabwehr, die einem "gefühlten" Erlebnisvollzug der leidvollen Emotionen und Körpergefühle zuvorkommt, damit allerdings auch eine "Verarbeitung" des Frustrationserlebnisses verhindert. Letztere kann erst dann erfolgen, wenn im Vollzug einer "Frustrationslösung" die unruheauslösende subjektive Bedeutsamkeit des abgewehrten Frustrationserlebnisses nachträglich relativiert wird. Gelungene Frustrationslösungen manifestieren sich in Emotionen und Körpergefühlen der Befreiung, die zu Stimmungen und Grundstimmungen der Freiheit werden können.

Ob es tatsächlich zu einer Veränderung der allgemeinen Verfassung durch spezifische Erlebnisse kommt, hängt auch von der Qualität der allgemeinen Verfassung selber ab. Je stabiler und harmonischer die allgemeine Verfassung, desto geringer ist die Wahrscheinlichkeit, dass spezifische Erlebnisse eine Stabilitätsmodifikation auslösen und umgekehrt. Zur Erläuterung dieses Zusammenhanges werden die Konzepte "Frustrationstoleranz" und "Evolutionsabhängigkeit" eingeführt, die sich erlebnisdeskriptiv als "Gelassenheit" fassen lassen.

Die Beziehungen zwischen Wohlbefinden und Verhalten sind sowohl motivationaler wie auch korrelativer Art. Von zentraler Bedeutung ist das Konzept der "Glücksmotivation" (= Streben nach Wohlbefinden) mit seinen beiden Polen "Evolutionsorientiertheit" (= Hoffnung auf Evolutions- bzw. Neugestaltungserlebnisse) und "Frustrationsorientiertheit" (= Furcht vor Frustrationserlebnissen). Die Ausrichtung des Glücksmotivs dürfte in erster Linie sozialisationsbedingt sein, kann aber bis zu einem gewissen Grad auch auf die Qualität der allgemeinen Verfassung zurückgeführt werden. Weiterhin lassen sich zahlreiche Einstellungen und Verhaltensweisen, die in hohem Masse einer moralischen Bewertung unterliegen (z.B. Habgier, Egoismus, Misstrauen, Hass, Gleichgültigkeit, Beständigkeit, Unstetigkeit etc.), motivational aus der Qualität der allgemeinen Verfassung ableiten. Das Problem der korrelativen Zusammenhänge zwischen Wohlbefinden und Verhalten wird nicht kausalistisch sondern perspektivistisch angegangen. Danach hängt die Etikettierung einer menschlichen Lebensäußerung als "Erleben" oder "Verhalten" lediglich davon ab, ob sie Gegenstand der Selbstwahrnehmung (= Erleben) oder Fremdwahrnehmung (= Verhalten) ist. Die Verhaltenskorrelate der spezifischen Erlebnisse sind überwiegend expressiver Natur und vor allem im mimischen und stimmlichen Affektausdruck (einschliesslich Lachen und Weinen) zu lokalisieren. Für die allgemeine Verfassung lassen sich instrumentelle Verhaltenskorrelate aufzeigen, indem man durch Verlagerung der Perspektive von innen nach aussen die charakteristischen Merkmale des Erlebenden (Stabilität vs. Labilität) in entsprechende

Merkmale des Handelnden übersetzt. So erscheint innere (erlebnismässige) Stabilität nach aussen hin als (verhaltensmässige) Flexibilität und innere (erlebnismässige) Labilität nach aussen hin als (verhaltensmässige) Rigidität.

Zweiter Teil: Testkonstruktion

Die bisherigen Versuche, das Konstrukt Wohlbefinden zu operationalisieren, lassen sich in 4 grosse Gruppen einteilen, nämlich:

- 1) Globale Selbsteinschätzungen;
- 2) Saldo aus positiven und negativen Affekten;
- 3) Vergleich der wahrgenommenen Lebenslage mit einem Standard;
- 4) Vorgabe von spezifischen Items, die bestimmte Emotionen und Körpergefühle zum Inhalt haben.

Abgesehen von speziellen Problemen und Unzulänglichkeiten haben alle 4 Ansätze eine Schwierigkeit gemeinsam, die auf die reaktive Art der Wohlbefindens-Messung zurückgeht: Öffentlich abgegebene Urteile über das eigene Befinden fallen überwiegend positiv aus. Trotz diesbezüglicher Bedenken bestand die Absicht, einen Fragebogen-Test zur Erfassung der Grundbefindlichkeit ("Grundbefindlichkeits-Fragebogen", GBF) zu entwickeln, da die erlebnisdeskriptive Beschaffenheit des vorliegenden Theorieentwurfes die Bildung von verbalen Wohlbefindens-Items nahelegte. Der spezifische Bezug auf die Grundbefindlichkeit unterscheidet den GBF von traditionellen Persönlichkeitstest einerseits und Verfahren zur Messung der aktuellen Befindlichkeit andererseits.

Neben einer Erläuterung dieses Zeitbezuges in den Testanweisungen am Beginn des Fragebogens wurden entsprechende Hinweise in die Item-Formulierungen eingefügt (z.B. "in letzter Zeit"). Inhaltlich besteht der GBF im wesentlichen aus einer Erfragung von Emotionen, Körpergefühlen, Motivationslagen und Reaktionsweisen, die aus dem vorliegenden Theorieentwurf abgeleitet sind.

Die Items des GBF sind satzartige Aussagen mit 2 Antwortalternativen, die teilweise in Form von Satzvervollständigungen inhaltlich ausformuliert sind. Die Mehrzahl der Items wurde vom Verfasser unter Be-

zugnahme auf den vorliegenden Theorieentwurf selbst konstruiert. Nach mehreren Revisionen lag im Mai 1978 ein endgültiger Item-Pool von 250 Items vor. Es wurde die Hypothese aufgestellt, dass den Items ein gemeinsamer Grundbefindlichkeits-Faktor zugrundeliegt.

Aus praktischen und programmiertechnischen Gründen musste eine Verkleinerung des Item-Pools noch vor der Erhebung einer umfangreichen Analysestichprobe vorgenommen werden, und zwar so, dass die Testverkürzung der Testvalidität im Sinne der Grundbefindlichkeit zugute kommen würde. Praktisch bedeutete dies -

Erstens: Items des GBF, die gegenüber Veränderungen der aktuellen Befindlichkeit gleich oder weniger resistent sind als Items, die explizit Veränderungen der aktuellen Befindlichkeit messen, sollten eliminiert werden.

Zweitens: Items des GBF, die gegenüber Veränderungen der Grundbefindlichkeit ebenso resistent wie, oder resistenter als Items sind, die explizit zeitlich stabile Persönlichkeitsmerkmale messen, sollten ebenfalls eliminiert werden.

Als Messinstrument für die aktuelle Befindlichkeit diente die "Eigenschaftswörterliste" (EWL) von JANKE & DEBUS (1978). Für die Erfassung stabiler Persönlichkeitsmerkmale wurde das "Freiburger Persönlichkeits-Inventar" (FPI) von FAHRENBURG, SELIG & HAMPEL (1978) verwendet. Die Kontrastierung zum GBF erfolgte durch:

- a) Vorgabe von GBF und EWL vor und nach experimentellen Bedingungen, von denen man annehmen konnte, dass sie eine Veränderung der aktuellen Befindlichkeit bewirken;
- b) Vorgabe von GBF und FPI vor und nach experimentellen Bedingungen, von denen man annehmen konnte, dass sie eine Veränderung der Grundbefindlichkeit bewirken.

Die experimentellen Bedingungen für die Kontrastierung des GBF zur EWL waren:

- 1.1 Studenten vor und nach Vorführung eines Farbfilmes, in dem die Schlachtung eines Schweines gezeigt wird (N = 23);
- 1.2 Kursteilnehmer eines Meditationskurses vor und nach ihrer allerersten Meditation (N = 11);
- 1.3 Fortgeschrittene Meditierende vor und nach Durchführung ihres umfangreichen Meditationsprogrammes (N = 17);
- 1.4 Tauchschüler vor und nach ihrem ersten Tauchgang in den Zürichsee (N = 3);
- 1.5 Rekruten in der Fallschirmspringerausbildung vor und nach ihrem fünften Absprung (N = 17).

Die experimentellen Bedingungen für die Kontrastierung des GBF zum FPI waren:

- 2.1 Psychotherapie-Patienten vor und nach einigen Therapiesitzungen (N = 7);
- 2.2 Studenten unmittelbar vor und mehrere Wochen nach Ablegung einer Prüfung (N = 10);
- 2.3 Touristen am Vierwaldstätter See zu Beginn und mehrere Wochen nach Beendigung ihrer Sommerferien (N = 7);
- 2.4 Kursteilnehmer eines Meditationskurses unmittelbar vor und mehrere Wochen nach Erlernen ihrer Meditationstechnik (N = 8);
- 2.5 Fortgeschrittene Meditierende zu Beginn und mehrere Wochen nach Beendigung eines zweiwöchigen Meditations-Fortgeschrittenenkurses (N = 33).

Während sich die durchschnittliche Andersbeantwortung der GBF-Items von derjenigen der FPI-Items nicht signifikant unterschied, gelang es mit Hilfe der Kontrastierung zur EWL, 61 Items des GBF auszuscheiden, so dass sich der Umfang des Item-Pools auf 189 Items verringerte.

Die Erhebung der Analysenstichprobe erfolgte unter Zuhilfenahme von Kontaktpersonen im gesamten deutschsprachigen Raum. Nach Ausscheidung von 18 Fragebögen mit mehr als 4 missing data zählte die Analysenstichprobe 480 Pbn. Trotz entsprechender Apelle an die Kontaktpersonen waren mittlere und höhere Bildungsgrade in der Analysenstichprobe stark übervertreten. Insgesamt 6, von mehr als 1 % der Analysenstichprobe nicht beantwortete Items wurden von vornherein eliminiert.

Die Faktorenanalyse erbrachte erwartungsgemäss einen varianzstarken allgemeinen Grundbefindlichkeits-Faktor. Nach allmählicher Ausscheidung aller Items mit niedrigen Faktorenladungen blieben 112 Items übrig, deren Ladungshöhe mindestens .49 betrug. In der endgültigen Faktorenanalyse dieser 112 Items konnte für den allgemeinen Grundbefindlichkeits-Faktor ein Varianzbeitrag von 39 % erzielt werden. Die faktorielle Validität des GBF kann damit als gesichert gelten.

Die Rohwert-Verteilung der nunmehr gewonnenen Grundbefindlichkeits-Skala deckte zwar die gesamte Skalenbreite ab, zeigte aber eine J-förmige Verlaufsgestalt, die auf überwiegend geringe Item-Schwierigkeiten zurückzuführen ist. Wegen der hohen Homogenität der Skala war auch eine Gewichtung der Item-Antworten durch eine Standardisierung der Punktwerte nicht in der Lage, eine symmetrische Skalenwert-Verteilung herbeizuführen. Hingegen können die Item-Streuungen und Item-Trennschärfen als zufriedenstellend erachtet werden.

Aus den 112 endgültigen GBF-Items wurden 4 Parallel-Skalen zu je 28 Items gebildet, die untereinander hoch korrelieren und hinsichtlich Skalenwert-Verteilung, mittlerer Item-Schwierigkeit und mittlerer Item-Trennschärfe äquivalent sind.

Die Skalen- und Item-Charakteristiken der GBF-Gesamtskala stimmten bei den Vpn der experimentellen Bedingungen 1.1 bis 1.5 und 2.1 bis 2.5 weitgehend mit denjenigen in der Analysenstichprobe überein.

Zwischen dem GBF und den Skalen der EWL bzw. des FPI wurden teilweise ausgeprägte, teilweise fehlende Rangkorrelationen ermittelt, die alle im Sinne der Konstrukt-Validität des GBF interpretierbar sind.

Die Retest-Reliabilität des GBF war unter den experimentellen Bedingungen 1.1 bis 1.5 erwartungsgemäss hoch (.94) und unter den experimentellen Bedingungen 2.1 bis 2.5 erwartungsgemäss niedrig (.66). Statt von einer "Retest-Reliabilität" wäre es bei Verfahren zur Erfassung von intraindividuellen Veränderungen jedoch angemessener, von einer "Zeit-Validität" zu sprechen.

Problematisch am GBF ist der Mangel an schwierigen Items und die sich daraus ergebende J-förmige Skalenwert-Verteilung. Die Hauptursache dafür liegt vermutlich in verfälschenden Antwort-Tendenzen, die von der sozialen Erwünschtheit über eine originär "persönliche Erwünschtheit" bis hin zur "Frustrationsabwehr" (vgl. Theorieentwurf) reichen. Vielleicht besteht in Zukunft die Möglichkeit, über eine Erfassung dieser Tendenzen zu "bereinigten" GBF-Werten zu gelangen, die auch im Hinblick auf eine noch ausstehende Validierung des GBF von Vorteil wären.

Lebenslauf

Geboren am 9. September 1950 in Buenos Aires.

Schulen in Bad Homburg v.d.H., BRD. Abitur (Matura) 1969

im altsprachlichen Zweig. 2-semestriges Studium der

Philosophie im Hauptfach und Psychologie im Nebenfach

an der Universität Frankfurt. Studium der Psychologie

im Hauptfach bis zum Vordiplom (1973) an der Universität

Giessen. Fortsetzung des Studiums und Abschluss (Dipl.-

Psych.) 1975 an der Universität Saarbrücken mit Schwer-

punkt in klinischer Psychologie. Von 1976 bis 1979

Assistent und von 1977 bis 1980 Lehrbeauftragter am

Psychologischen Institut der Universität Zürich, Abtei-

lung Klinische Psychologie.

